

Risikofaktoren:

Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen lassen sich unterteilen in unabhängige Haupt-Risikofaktoren und prädisponierende bzw. sonstige Risikofaktoren. Unter prädisponierenden Faktoren versteht man solche, die das Risiko bei Vorliegen der Haupt-Risikofaktoren verschlechtern. Sonstige Risikofaktoren sind solche, die mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen einhergehen, deren Rolle jedoch noch nicht geklärt ist.

| Hauptrisikofaktoren | Prädisponierende Risikofaktoren | Sonstige Risikofaktoren |
|--------------------------------------|---------------------------------|--|
| Alter | Adipositas | Erhöhte Triglyzeride |
| Bluthochdruck | Stammfettsucht | Erhöhtes Homozystein |
| Rauchen | Körperliche Inaktivität | Erhöhtes Lipoprotein(a) |
| Diabetes mellitus | Familiäre Belastung | Prothrombotische Faktoren, z.B. Fibrinogen |
| Erniedrigtes HDL-Cholesterin | Ethnische Zugehörigkeit | Entzündungsparameter, z.B. C-reaktives Protein |
| Erhöhtes Gesamt- und LDL-Cholesterin | Psychosoziale Faktoren | |

Einige Risikofaktoren muss man als gegeben hinnehmen, wie z.B. Alter oder familiäre Belastung. Umso wichtiger ist es, diejenigen Risikofaktoren im Auge zu behalten, die sich positiv beeinflussen lassen.

Ergebnisse der KORA-Kohortenstudie zeigen, wie groß der Einfluss bestimmter Risikofaktoren für einen Herzinfarkt ist. Zum Beispiel ist das Rauchen der wichtigste Risikofaktoren bei Männern: Raucher haben im Vergleich zu Nicht-Rauchern ein 2,4-faches Risiko einen Herzinfarkt zu bekommen. Bei den Frauen ist das Risiko besonders hoch, wenn sie bereits an Diabetes erkrankt sind. Zuckerkrankte Frauen haben ein fast 4 mal höheres Risiko an Herzinfarkt zu erkranken als Frauen ohne Diabetes.

| | Männer | Frauen |
|--|--------|--------|
| Zigarettenrauchen | 2,4 | 2,8 |
| Bluthochdruck | 1,4 | 2,1 |
| Dyslipidämie (Fettstoffwechselstörung) | 1,8 | 2,1 |
| Adipositas (Fettleibigkeit) | 1,2 | 1,5 |
| Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) | 2,2 | 3,9 |